

УТВЕРЖДАЮ

ООО «Меркурий»

Яскина Т.Г.

«01» февраля 2022 г.



СОГЛАСОВАННО

Директор МБОУ «Школа-интернат»

Саушкина Н.Г.

«01» февраля 2022 г.



МЕНЮ
на «01» февраля 2022 г.
зимне-весенний период
7-11 лет

ЗАВТРАК

№ рец	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена, руб. коп.	Калорийность, кКал	Белки	Жиры	Углеводы
260	Каша молочная «Дружба»	150	11-00	169,65	3,90	8,70	18,79
108	Хлеб пшеничный йодированный	50	2-00	117,50	3,80	0,40	24,60
501	Кофейный напиток с молоком	200	4-00	79,00	3,20	2,70	15,90
9	Салат из моркови и яблок	60	8-04	74,40	0,54	6,12	4,32
	Итого завтрак:	460	28-04	440,55	11,44	17,92	63,61

ЗАВТРАК 2

112	Фрукт	200	8-00	94,0	0,80	0,80	19,6
	Итого завтрак 2:	300	8-00	381,00	0,8	0,8	19,60

ОБЕД

26	Салат из свеклы отварной	60	9-65	56,62	0,86	3,65	5,01
119/18	Суп Крестьянский с крупой(со сметаной)	200/10	13-00	120,29	2,38	7,71	4,81
333	Голубцы ленивые	90	19-00	111,40	8,5	5,80	6,33
195	Рагу из овощей	150	16-00	162,77	3,58	0,48	18,2
108	Хлеб пшеничный йодированный	60	2-00	140,64	4,56	0,48	29,52
109	Хлеб ржаной	50	2-00	86,60	3,30	0,60	17,00
494	Чай с лимоном	200	5-00	61,00	0,10	00,0	15,20
	Итого обед:	820	66-65	739,32	23,28	18,72	96,07

ПОЛДНИК

493	Чай с сахаром	200	4-00	39,90	0,00	0,00	0,00
541	Ватрушка с повидлом	100	6-00	194,00	3,7	1,70	40,9
	Итого полдник:	300	10-00	233,9	3,7	1,70	40,9

УЖИН

381	Котлета из говядины	80	24-00	228,80	14,24	14,00	24,45
426	Картофель отварной	150	14-00	153,00	2,85	7,35	19,00
518	Сок	200	6-00	136,00	0,60	0,20	0,20
108	Хлеб пшеничный йодированный	50	2-00	110,0	3,8	0,45	24,85
109	Хлеб ржаной	40	2-00	69,60	2,64	0,48	13,3
	Итого ужин:	500	48-00	571,50	22,95	10,47	98,02

УЖИН 2

516	Ряженка	200	14-00	112,0	5,8	5,0	8,0
	Сушка	20	4-00	41,70	0,75	1,18	7,44
	Итого ужин 2:	220	18-00	153,7	6,55	6,18	15,44

Старший повар

А. Луизова